

Диагностика общей самооценки (опросник Г.Н. Казанцевой)

Инструкция. Вашему вниманию предлагается ряд суждений. По ним возможны пять вариантов ответа. Пожалуйста, выберите из них один по каждому суждению, в нужной графе отметьте его.

Бланк протокола к методике «Самооценка личности старшеклассника»

№ п/п	Суждения	Очень часто (4)	Часто (3)	Иногда (2)	Редко (1)	Никогда (0)
1	Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня					
2	Постоянно чувствую свою ответственность за работу					
3	Я беспокоюсь о своем будущем					
4	Многие меня ненавидят					
5	Я обладаю меньшей инициативой, чем другие					
6	Я беспокоюсь за свое психическое состояние					
7	Я боюсь выглядеть глупцом					
8	Внешний вид других куда <u>лучше</u> , чем мой					
9	Я боюсь <u>выступать с речью</u> перед незнакомыми <u>людьми</u>					
10	Я часто допускаю ошибки					
11	как жаль, что я не умею правильно говорить с людьми					
12	Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе					
13	Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими чаще					
14	Я слишком скромн					
15	Моя <u>жизнь</u> бесполезна					
16	У многих неправильное мнение обо мне					
17	Мне не с кем поделиться своими мыслями					
18	Люди ждут от меня очень многого					
19	Люди не <u>особенно</u> интересуются моими достижениями					
20	Я <u>слегка</u> смущаюсь					
21	Я чувствую, что многие не понимают меня					
22	Я не чувствую себя в <u>безопасности</u>					
23	Я часто волнуюсь и напрасно					
24	Я чувствую себя неловко, когда захожу в комнату, где уже находятся люди					
25	Я чувствую себя скованным					
26	Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей <u>спиной</u>					
27	Я уверен, что люди почти все воспринимают <u>легче</u> , чем я					
28	Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность					
29	Меня волнует <u>мысль</u> о том, как относятся ко мне люди					
30	Как жаль, что я не так общителен					
31	В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте					
32	Я думаю о том, чего ждет от меня общественность					

Проведение исследования

Тест-опросник включает 32 суждения. По ним возможны пять вариантов ответов, каждый из которых кодируется баллами по следующей схеме:

- очень часто – 4 балла;
- часто – 3 балла;
- иногда – 2 балла;
- редко – 1 балл;
- никогда – 0 баллов.

Тест используется как индивидуально, так и в группе.

Обработка и интерпретация результатов

Подсчитать общее количество баллов по всем суждениям:

- 0-25 баллов – [высокий уровень](#) самооценки;
- 26-45 баллов – [средний](#) уровень самооценки;
- 46-128 баллов – [низкий](#) уровень самооценки.

При высоком уровне самооценки человек оказывается не отягощенным «комплексом неполноценности», правильно [реагирует](#) на замечания других и редко сомневается в своих действиях.

При среднем он редко страдает от «комплекса неполноценности» и [время](#) от времени старается подладиться под мнения других.

При низком уровне самооценки человек болезненно переносит критику в свой адрес, старается всегда считаться с мнениями других и часто страдает от «комплекса неполноценности».

Справочник психолога средней школы О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто